

# Kursplan ab April 2024



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 – 10:00 <b>Fitnessvielfalt*</b> VHS – A. Böwer	08:30 – 09:30 <b>Fitnessvielfalt*</b> VHS – A. Böwer					
10:00 – 11:00 <b>Pilates*</b> SVE – A. Böwer	09:30 – 10:30 <b>Fitnessvielfalt*</b> VHS – A. Böwer					
			14.00 - 15.00 <b>Gymnastik, Bewe- gung, Entspannung</b> Ü 65 -- SVE - E. Vallo			
17.00/17.15 - 18.15 <b>HipHop und Dancehall</b> (ab 8 J.) SVE – I. Kutz	16.00 – 16.55 und 17.00 -17.55 <b>Zumba für Kinder</b> 6-10 J. <u>und</u> 11-15 J. SVE – I. Naif		17.00-18.00 <b>HipHop und Dancehall</b> (ab 8 J.) SVE – I. Kutz			
18:30 – 19:30 <b>Pilates*</b> SVE – A. Böwer	18.15 – 19.15 <b>Active Yoga Flow*</b> SVE – M. Abing	18:00 – 19:00 <b>Pilates*</b> VHS – A. Böwer	18.00 – 19.00 <b>Zumba*</b> SVE – I. Naif			
19:30 – 20:30 <b>Pilates*</b> SVE – A. Böwer	19.30 – 20.30 <b>Power Yoga Flow*</b> SVE – M. Abing	19:00 – 20:00 <b>Pilates*</b> VHS – A. Böwer	19.45 – 20.15 <b>Lauftreff- Gymnastik</b> SVE - Jeannette	20.00 - 22.00 <b>5 Tibeter*</b> priv. - E. Vallo (1x monatlich)““		
			20.15/ 20.30 – 22.00 <b>Darts-Treff</b> SVE – Niko Wohlgemuth			

\* = Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

““ Letzter Termine 1. Hj.: 27.04.2024 – Das 2. Halbjahr wird noch bekanntgegeben.